

«ایران» چالش‌های تحمیلی به کاروان ایران در بازی‌های آسیایی را بررسی می‌کند

برنامه‌ریزی هوشمند، کلید موفقیت در ناگویا

سینا حسینی / بر اساس جدول زمان‌بندی بازی‌های آسیایی ناگویا ژاپن، ۱۶۲ روز دیگر مهم‌ترین رویداد ورزشی قاره کهن در کشور ژاپن آغاز خواهد شد تا ورزشکاران در رشته‌های مختلف با یکدیگر به رقابت بپردازند. کاروان ورزشی ایران اما حضور در این بازی‌ها را در شرایطی کاملاً متفاوت تجربه خواهد کرد.

ورزشکاران ایرانی که همواره در بازی‌های آسیایی جزو مدعیان قدرتمند قاره کهن ظاهر می‌شدند، اکنون به واسطه شرایط خاص کشور و تبعات ناشی از جنگ تحمیلی باید با وضعیتی متفاوت در این دوره از بازی‌ها حاضر شوند و با حرفیان آسیایی خود

رقابت کنند. کارشناسان و صاحب‌نظران با اشاره به شرایط متفاوت کنونی، مسیر پیش‌روی ورزشکاران ایرانی را نسبت به گذشته دشوارتر توصیف می‌کنند، اما معتقدند چنانچه برنامه‌ریزی استاندارد و منظمی برای آماده‌سازی ورزشکاران پایه‌ریزی شود، احتمال موفقیت همچنان برای ورزش ایران و ورزشکاران اعزامی حفظ خواهد شد.

با وجود این باید در این میان چند نکته مهم و ضروری را مد نظر قرار داد که مهم‌ترین آن‌ها حفظ آمادگی فنی بازیکنان و ورزشکارانی است که باید در میدان رقابت حضور پیدا کنند. مهم‌ترین اصل در مسیر موفقیت به شیوه آماده‌سازی بازمی‌گردد:

ورزشکاران حاضر در کاروان اعزامی ایران برای تغذیه، تمرینات منطقی و مراحل روان‌شناختی نیز در موفقیت آن‌ها تأثیرگذار است؛ چنانچه نسبت به این موارد بی‌توجهی صورت گیرد، قطعاً کار به مشکل خواهد خورد و در چرخه موفقیت با چالش‌های بزرگی مواجه خواهیم شد. هم‌زمان با این سلسله‌اتفاقات، مدل تصمیم‌گیری کمیته ملی المپیک نیز از اهمیت قابل توجهی برخوردار است. اگر سیستم کیفی‌سازی که پیش از این از سوی کمیته ملی المپیک مطرح شده بود، مجدداً به کار گرفته شود، فشار مضاعفی به ورزشکاران وارد خواهد آمد که این موضوع می‌تواند

در حال حاضر اردو‌ها تعطیل است و شاید تعداد کمی از رشته‌ها چون کشتی و تکواندو تمرین می‌کنند!

این را قبول دارم که کار در شرایط جنگ سخت است و برخی از رشته‌ها چون قایقرانی فضایی در اختیار ندارند، اما اکنون تیم کشتی به قرقیزستان رفته و نوجوانان ما نیز در قهرمانی جهان روی شیپ‌چانگ در ازبکستان مبارزانشان را شروع کرده‌اند. اما مهم این است کسانی که در رأس فدراسیون‌ها هستند، علاقه‌مند بوده و شرایط را مهیا کنند. در این شرایط بسیار مهم است کادر فنی برنامه‌ریزی تمرینی را با رویکردی انعطاف‌پذیر و واقع‌بینانه، ضمن اولویت دادن به سلامت و امنیت ورزشکاران، به گونه‌ای طراحی کنند که حداکثر آمادگی برای حضور در بازی‌ها فراهم شود.



مجید افلاکی، سرمربی سابق تیم ملی تکواندو در گفت‌وگو با «ایران»:

مدال آوری در شرایط کنونی دور از دسترس نیست

باید با برنامه‌ریزی استاندارد به ژاپن برویم

زمان تقریبی ۵ ماهه فرصت کمی برای آمادگی ورزشکاران، آن هم در شرایط فعلی کشور است. فکرمی‌کنید در ناگویا کاروان عملکرد خوبی داشته باشد؟

ما تجربه جنگ در کشور را داشته‌ایم. هشت سال دفاع مقدس و جنگ ۱۲ روزه، ولی هیچ یک از ورزشکاران قدیمی به عقب برنداشتنند. به المپیک، بازی‌های آسیایی و قهرمانی آسیا رفتیم. حتی اگر اکنون ام‌آرآی بگیرید، مانند یک جانباخت جنگی بدنم پلانتین و

پریسا غفاری / با نزدیک شدن به بازی‌های آسیایی ناگویا، مسأله آماده‌سازی ورزشکاران در شرایط جنگی به یکی از چالش‌های اساسی مدیریت ورزشی تبدیل شده است. این شرایط شامل محدودیت‌های دسترسی به ورزشگاه‌ها، اختلال در روند پیوسته تمرینات و فشار روانی بر ورزشکاران می‌شود. مجید افلاکی، سرمربی سابق تیم ملی تکواندو که با او خاطرات خوشی را در بازی‌های المپیک ۲۰۲۴ پاریس تجربه کردیم، او در گفت‌وگو با «ایران» درباره این چالش‌ها صحبت می‌کند.

آسیب‌دیدگی دارد. ورزشکاران ما همیشه نشان داده‌اند غیرتمند هستند و برای سربلندی کشورمان تلاش می‌کنند. پس نمی‌توان گفت که این مسائل غیرقابل حل است. ضمناً برنامه‌ریزی و کمیته ملی المپیک و وزارت ورزش کامل و جامع است و فقط فدراسیون‌ها باید آن را اجرایی کنند.

مدیر فنی تیم‌های ملی کاراته در گفت‌وگو با «ایران»:

هدف اصلی ما درخشش در ژاپن خواهد بود

کاراته همیشه نتایج درخشانی در ادوار قبلی گرفته است، اما برنامه ما در ناگویا برای حضور پرقدترتر و متفاوت‌تر است. حتی برنامه‌ریزی ما هم متفاوت‌تر است. «به گفته او، کاراته‌ها کما برای جبران فرصت از دست‌رفته، طبق برنامه کادر فنی، تمرینات‌شان را شروع کرده‌اند: «تیم ملی کاراته طبق برنامه کادر فنی از شنبه برای یک هفته در رشت تمرین می‌کند؛ چرا که پیش از بازی‌های آسیایی، خردادماه مسابقات قهرمانی آسیا را پیش‌رو دارد. کاراته‌ها استارت زدن

تا آن‌شاءالله از سه فرصت طلایی بیشتری بهره را ببرند.» هرچه معتقد است قهرمانی آسیا برای کاراته‌ها حکم میدان‌نذارکاتی را دارد. وی توضیح می‌دهد: «تیم ملی کاراته خردادماه در قهرمانی آسیا هم حاضر می‌شود؛ با اینکه در این مسابقه هم روی مدال بچه‌ها حساب می‌کنیم، اما در اصل این میدان حکم بازی‌نذارکاتی و محک ملی پوشان ما دارد.» مدیر فنی تیم‌های ملی کاراته، فرصت ۱۶۲ روزه تا بازی‌های آسیایی را کم نمی‌داند: «۱۶۲ روز،

فشار روانی بر آن‌ها را تشدید کند. از این رو باید در مقطع کنونی روشن شود که توقع کمیته ملی المپیک در ورزشکاران اعزامی چیست؛ آیا مدال آوری همچنان در اولویت است یا اینکه صرف حضور ورزشکاران در این مقطع از اهمیت برخوردار است. با در نظر گرفتن این مسائل، کاروان ایران در مسیر ناگویا اگر بتواند با برنامه‌ریزی علمی، پشتیبانی هوشمندانه و کاهش فشارهای روانی وارد میدان شود، همچنان شانس حفظ جایگاه خود در قاره کهن را خواهد داشت، اما در غیر این صورت حتی عبور از مرحله آماده‌سازی نیز به چالشی بزرگ تبدیل خواهد شد.

رنکینگ برای خود جمع کنند. یکی از این مسابقات همان گزندپری ترکیه بود که پوئن امتیاز خوبی داشت و در سیدبندی مؤثر بود. ولی الآن به عنوان سرمربی حضور ندارم، با این حال امیدوارم از تمام پتانسیل و ظرفیت تیم استفاده شود.

تعمیق انتخاب‌رئیس فدراسیون تکواندو تأثیری در روند رشد این رشته نداشته است؟

خدا را شکر احمد دنیامالی، وزیر ورزش، مشاورین خوبی دارد و دوپست مهم فدراسیون را به رزومه‌داران این رشته سپرده است. هادی افشار روزهای خوبی می‌تواند برای تکواندو رقم بزند.

پیش‌بینی شمایه‌عنوان قهرمان و سرمربی پرافتخار از نتایج کاروان چیست؟

فراغ از نتایج قهرمانان، مسئولین باید توجه داشته باشند اگر قهرمان تمرین مناسب با برنامه نداشته باشد، به منزله از دست دادن قهرمانی است. در حال حاضر تکواندو کارش را به خوبی انجام می‌دهد و اگر شرایط خوب پیش برود، مدال‌های خوبی خواهد گرفت. اما بحث اعزام و روند آماده‌سازی کاروان مهم‌ترین اصلی است که باید رعایت شود.

صحبت‌های پایانی در خصوص بازگشت شمایه‌تیم ملی است؛ این کار صورت می‌گیرد؟

خیلی‌ها به دلیل اینکه من حق رای داشتم، دست‌خط‌هایی نوشتمند، ولی دنیامالی و وزیر ورزش، همچنین هادی افشار (سرپرست دبیری فدراسیون) به دنبال بازگشت من هستند. من تمام زحمت خود را برای نتایج خوب برای این رشته انجام داده‌ام، حتی سگتته کردم و روزی ۹ تا قرص می‌خورم. سه شفت کار می‌کردم تا تیمی را که کسی به خواب هم نمی‌دید برای مسابقات المپیک تحویل بدهیم. ولی آنچه پاداش گرفتیم ۲۰۰ میلیون تومان بود. دست و پای خود را برای کشورم دادم، ولی با من چه کردند؟ مطمئن باشید اگر خیلی به من فشار بیاورند، یکی از ۲۲ پیشنهاد دیگری که داشتم و دارم، پاسخ می‌دهم.

شما چقدر به موفقیت تیم ملی تکواندو در ژاپن امیدوارید؟

مدال‌آوری آنها دور از دسترس نیست، اما شرایط تکواندو نسبت به دوره قبل سخت‌تر شده است. کره جنوبی و چین با میزبان به تقاهم رسیده‌اند تا تکواندو به جای برگزاری در پنج وزن، به چهار وزن کاهش یابد و یک وزن را به پومسه اختصاص داده‌اند. ضمناً برای حضور در آن باید از قهرمانی آسیا سهمیه بگیرید.

مسابقات گزندپری ترکیه هم که از دست‌رفت. باز هم امیدوار به کسب مدال هستی؟

ما در کشورمان ورزشکاران مستعدی داریم ضمناً تکواندوکاران هم با من در تماس هستند و مرتب از من برنامه تمرینی می‌گیرند. هرچند کسانی که خود من به عنوان مربی به تیم ملی آوردم، با من شورت نمی‌کنند. من سال گذشته برنامه‌های خود را تحویل فدراسیون داده بودم. طبق آن برنامه قرار بود هوکوپوشان سوم عید به اردو بیایند و در سه روز بعد مهم شرکت کنند و ۴۰ امتیاز برای بالادین



فرصت کافی برای آمادگی کاراته‌ها است و کمبود وقت نداریم. شرایط جنگی و اتفاقات تلخی که برای ما رقم زدند، باعث شده بازی‌های آسیایی برای بچه‌های ما حکم میدان حیثیتی را پیدا کند؛ همان‌طور که نیروهای مسلح، امدادگران و نیروهای انتظامی برای کشور جانفشانی می‌کنند، ورزشکاران با انگیزه چندبرابری در ناگویا مقابل حرفیان مبارزه خواهند کرد. حتی تیم بعد از قهرمانی آسیا، فرصت دو ماه و نیم برای حضور پر قدرت در بازی‌ها را دارد.»

سینا واحدی، ملی‌پوش بسکتبال در گفت‌وگو با «ایران»:

نگران موفقیت در بازی‌های آسیایی نباشید

نیاز مبرم به تشکیل اردو دارد، چرا که یکی از رشته‌های مدال‌آور در این بازی‌هاست. ملی‌پوش کشورمان در این باره تأکید می‌کند: «به غیر از استعداد ذاتی که در بازیکنان وجود دارد، بسکتبال رشته‌ای است که نیاز مبرم به تدابیر تمرین و بازی دارد. از آنجا که ایران درگیر جنگ بود، لیگ پرتر تعطیل شد و بازیکنان یک‌وجه از آمادگی راز دست دادند. از سوی دیگر، وجود شرایط سخت امکان برگزاری اردوها را ندارد. البته من خودم در ایران نبودم و این شرایط را حس نکردم، شاید تنها نگرانی‌ام سلامتی خانواده و مردم کشورم بود. فقط می‌توانم بگویم اگر امکانش

شکست او متأثر و غمگین می‌شوند. حضور در صحنه‌های بین‌المللی علاوه بر انجام مسابقات و کسب تجربیات جدید، فرصتی برای ارزیابی عملکرد ورزشی یک کشور است. قرار گرفتن در رتبه‌های بالای جدول رده‌بندی توزیع منابع خود موجب غرور ملی و حتی فخرفروشی برخی کشورها نسبت به کشورهای پایین‌تر شده است. شاید اگر بگویم ورزش به جنگی بین کشورها در زمان صلح تبدیل شده است، اشتباه نگفته‌ایم.

کاروان ورزشی ایران در سال ۲۰۲۶ در حالی‌گام به بازی‌های آسیایی ناگویای ژاپن خواهد گذاشت که به گفته صاحب‌نظران، این دوره از عملکرد ورزشی یک کشور است. قرار گرفتن در رتبه‌های بالای جدول رده‌بندی توزیع منابع خود موجب غرور ملی و حتی فخرفروشی برخی کشورها نسبت به کشورهای پایین‌تر شده است. شاید اگر بگویم ورزش به جنگی بین کشورها در زمان صلح تبدیل شده است، اشتباه نگفته‌ایم.

است تا بتوانند مهارت‌های خود را به معرض نمایش بگذارند. عملکرد ورزشی کشورها در مسابقات معتبر بین‌المللی به وسیله مقام‌ها و مدال‌های کسب‌شده توسط ورزشکاران آن کشورها سنجیده می‌شود. در واقع مقام‌ها به‌دست‌آمده تنها متعلق به خود ورزشکاران نیست، بلکه افتخاری برای وطن و ملت در جهت بزرگداشت نام یک کشور است. در این ارتباط میلیون‌ها نفر از موفقیت یک قهرمان در خود احساس افتخار و غرور ملی می‌کنند یا از



یادداشت

علی‌رضایی

کارشناس مدیریت

ناگویا را با دوره‌های قبل

مقایسه نکنیم

نتیجه کاروان ورزشی ایران، این «شجره طیبه» در بازی‌های آسیایی ۲۰۲۶ ناگویا را نباید با دوره قبل یا آینده مقایسه کرد. حالا بزرگ‌ترین مسأله تا افتتاح بازی‌ها، ریکاوری ذهنی و روحی ورزشکاران است؛ چرا که شرایط جنگی تأثیرات متفاوتی بر روحیه آنها گذاشته و باید روحیه‌شان را آماده کرد. البته جنگ در عین حال که برخی را جسورتر می‌کند، روی بعضی دیگر تأثیر معکوس دارد.

بنابراین ورزشکاران با آمادگی روحی و ذهنی می‌توانند توانایی‌های خود را در میدان بزرگ بازی‌های آسیایی به نمایش بگذارند.

ورزشکاران برخی از رشته‌ها به خاطر عدم آمادگی جسمانی با مشکلاتی مواجه هستند. هرچند بعضی از ورزشکاران حرفه‌ای اگر مدتی هم تمرین نکنند، می‌توانند با از سرگیری تمرینات، بدن خود را بازسازی کنند، اما رشته‌های رگوردری که در آنها نتیجه به ثابته وابسته است، با تعطیلی تمرینات بیشتر لطمه می‌خورند.

بهترین راهکار برای گذر از این شرایط، کنار گذاشتن روش‌های تمرینی سنتی است. حالا وقت آن رسیده تا جامعه ورزش با کمک دانشگاهیان از علم تمرین نوین استفاده کند تا وقفه تمرینی جبران شود.

نمی‌توان فراموش کرد امکان ورزشی برخی از فدراسیون‌ها در حملات آمریکا و رژیم صهیونیستی آسیب دیده و تمرین در بعضی رشته‌ها به امکانات و تجهیزات نیاز دارد؛ بنابراین برای انتقال اردوی تمرینی باید هرچه زودتر آنها به شهرهای امن منتقل شوند. البته شرایط سخت جنگی نکات مثبتی هم دارد.

بسیاری از قهرمانان ایران سال‌هاست در این عرصه درخشیده‌اند و حتی در شرایط سخت نیز کار خود را انجام می‌دهند؛ بنابراین آنها می‌دانند چطور هم از خود مراقبت کنند و هم برای آمادگی کامل تمرین انجام دهند. کاروان کیفی همواره ملال‌کمیته ملی المپیک برای حضور در بازی‌های آسیایی بوده است و این بار نیز همین ملال‌کمیته است. بنابراین باید تنها روی ورزشکاران و تیم‌هایی حساب کرد که شانس زیادی برای کسب مدال دارند. ورزشکارانی که امید مدال هستند اما از آمادگی فاصله دارند، نباید در کاروان بمانند. چرا که در شرایط حساس کاروان، ناکامی هر ورزشکار تأثیر منفی روی بقیه می‌گذارد. همان‌طور که اولین مدال، روحیه و انگیزه کاروان را بالا می‌برد، شروع بد نیز فشار سنگینی به مدال‌آوران وارد می‌کند. از طرفی فراموش نکنید کره، ژاپن، حتی ازبکستان و هند شرایط بسیار بهتری از ایران دارند و همین مسأله کار ایرانی‌ها را سخت‌تر می‌کند؛ هرچند برتری، نتیجه را تضمین نمی‌کند.

هست اردو‌ها زودتر تشکیل شود تا مطمئن شویم تیم ملی با تمام قدرت به بازی‌های انتخابی جام جهانی ناگویا برمی‌گردد. با اینکه سوئیس مانولوپولوس، سرمربی تیم ملی خارجی است اما تاجان عرق دارد که با فراهم آمدن شرایط سریعاً خود را به ایران می‌رساند. او حتی در لبنان با وجود سختی، از راه زمینی به تهران آمد و با راهی مسابقات شد. مانولوپولوس با وجود نگرانی خانوادش، با تیم راز بیروت خارج نکرد، به یونان برگشت. امیدوارم بزودی با بازگشت به تمرینات بتوانم تیم ملی را همراهی کنم تا کمی از دغدغه‌های سرمربی و فدراسیون کم شود.»

و دارای جنبه‌های مختلف فرهنگی، سیاسی، اقتصادی، علمی، فناوری و غیره است. توسعه در برخی موارد ممکن است موقتی و کوتاه‌مدت باشد که نتیجه آن موفقیتی نسبی و مقطعی خواهد بود. از سوی دیگر، برنامه‌ریزی بلندمدت می‌تواند به توسعه پایدار و فراگیر منجر شود. مدیران و برنامه‌ریزان می‌توانند با صرف زمان و انرژی کمتر، نبل به موفقیت ورزشی را هدفمند سازند و با هزینه پهنه، بهترین عملکرد را از کاروان ورزشی شاهد باشند.



مهری رنجبر / با اینکه تجاوز آمریکا و رژیم صهیونیستی

به خاک ایران، برنامه ورزشکاران رشته‌های مختلف را برای بازی‌های آسیایی ۲۰۲۶ به هم ریخت و حتی آنها را از تقویم زمان‌بندی تا حدودی عقب انداخت، اما شهرام هروی، مدیر فنی تیم‌های ملی کاراته، معتقد

فرهادی‌زاد، نایب رئیس کمیته ملی المپیک در گفت‌وگو با «ایران»:

به حضور موفق زنان در ناگویا امید داریم

گروه ورزشی / مهین فرهادی‌زاد، نایب رئیس کمیته ملی المپیک در امور بانوان، معتقد است: «با گذر از دوران جنگ باید تمامی شرایط برای ایجاد آمادگی ورزشکاران رشته‌های مختلف از طریق کمیته ملی المپیک فراهم شود تا با تمام توان در بازی‌های آسیایی ناگویا حاضر شویم، چرا که همچون گذشته بر اعزام کیفی کاروان اصرار داریم.» او با توجه به مدت زمان باقیمانده تا آغاز بیستمین دوره این بازی‌ها، در گفت‌وگو با «ایران» می‌گوید: «تیم

سرپرستی کاروان همچنان جلسات خود را به صورت ویدئویی با حضوری با رؤسای فدراسیون‌ها برگزار می‌کند و نحوه حضور ورزشکاران و فراهم آوردن شرایط اردوهای داخل و خارج تیم‌ها را مورد بررسی قرار می‌دهد. با توجه به جنگ تحمیلی و شرایط

اهمیت برنامه‌ریزی در کسب موفقیت

یادداشت



حسین زارعیان
دانشیار دانشگاه خوارزمی

در دنیای پیشرفته ورزش امروز، تصمیم‌گیری درست، علمی و به‌موقع نقش بسیار مهم و تعیین‌کننده‌ای در شکست یا موفقیت دارد. کسب